

Школа

МБОУ СОШ №

45

Отд./корп

День 10.09.21

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	Салаты	20	Салат из помидоров и огурцов с маслом	.040/3	4-71	52	0.36	5.05	1.14
	2 блюдо	424	Цыпленок тушеный с овощами	.040/10	24-99	110	12.08	4.42	0.41
	2 гарнир	312	Картофельное пюре	.145	9-79	147	3.15	5.41	21.39
	напитки	686	Чай с лимоном	.200/5	2-74	44	0.52	0.05	10.2
	фрукты		Яблоко свежее	.170	16-02	76	0.68	0	16.66
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-75	65	2.14	0.36	13.32
							0.27	0.05	0.95
Обед	закуска	25	Помидоры свежие	.025	2-77	6	2.29	5.77	7.16
	1 блюдо	88	Ши из св.капусты с мясом туш.и сметаной	.210	7-52	90	20.86	13.95	58.14
	2 блюдо	443	Плов	.040/150	33-22	441	0.46	0.05	9.55
	напитки	685	Чай с сахаром	.185	1-54	39	1.2	3.6	18.9
	Кондитерка		Пирожное бисквитное "Тими"	.030/1шт	13-20	111	2.14	0.36	13.32
	прочие		Хлеб ржаной	.032.5	1-75	65			

Директор Дашин (Василова И. А.)